

# 美食课前三分钟演讲稿 课前三分钟演讲稿 (通用7篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很难吧。那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

## 美食课前三分钟演讲稿篇一

时间急促，却从未错过历史；岁月如流，却洗不净历史的铅华。它们见证着所有的起伏，所有的无可奈何，当然，还有所有的刻骨铭心。

历史已经从前，却不容忘却。

回想历史，我们的祖先用睿智为我们积蓄了太多的光荣，我们生涯的这个国度曾经是东方最xx的明珠。历史的xx[]又将我们从繁华之巅带到了风雨飘摇。本国侵犯者将贪心的眼光会集到这片丰富的土地上，他们胡作非为地蹂躏着我们的领土和我们的尊严，用鸦片麻痹中国人的思维。我们被讥笑为“东亚病夫”、“东方沉睡的雄狮”。中国人简直成了最低等的人而不是主人。当年的中国硝烟洋溢，四分五裂。现在那残存的圆明园就是这段历史最实在的见证，也是最深厚的祭祀。南京大屠戮——血淋淋的一段历史，不管多久都会是中国人心中永远的痛。描写是安静的，心中却是满腔的恼怒。对于那些掩埋于历史的无辜生命以及每一个沉痛的事实，我们不能只是无奈；巴不得穿梭时空，走进历史，唤醒那些执迷的国人，洗净那些辱没，重拾我们的尊严。冤屈照旧在哭诉，圆明园也依旧失踪，但是历史终归是过去的，唯有理智地去铭记，才是对这些历史最准确的立场。

1949年，新的中国出生了。经由漫长的探索，拨开重重的迷雾，我们看到了曙光。“站起来”的信心随同着前进的步调，逾越无数的崎岖，我们成绩了很多的不可能，我们发明了奇迹。世人在赞叹的同时也在质疑。不，他们错了。其实，中国的存在自身就注定会成为奇观，不需疑惑也不用猜忌。

20xx年，另一个令人瞩目时刻到了。奥运圣火将在这个领有五千多年历史的文化古国燃起。世界又一次聚焦中国，无疑，此刻的中国事世界舞台上独一无二的主角。这也是实现无数炎黄子孙多年夙愿的时刻。然而这却是多难多灾的一年□20xxxx年刚开端，雪灾来临。天寒地冻却不残害我们的顽强，中国人民就这样用爱心彼此暖和着度过了酷寒；5月12日，八级大地震噬虐汶川，这又是一个恶梦。多少鲜活的生命就这样匆促地分开了，不论有如许舍不得，但这是他们无法预期也无奈抗拒的运气。全部国人为他们默哀，五星红旗也降半旗致哀——只为那些平常的曾经存在过的性命。中国又一次令众人折服，又有谁不会为这样一个充斥温情而又刚强的民族所折服？无情的灾害让世人忧愁奥运是否在中国顺利举办，实在中国对灾害的冷静面对和有效处置已经向世界表明：奥运，我们筹备好了！我们有才能承办这一盛典。奥运已顺利拉下帷幕，欢呼和欢呼将永远缭绕在北京的上空，中国国民的热忱和微笑也将永远被铭刻。9月25日，“神七”的胜利发射又一次将国人的妄想带到了我们的先人梦中都未曾到过的蓝天跟白云，咱们再一次证实了中华民族的实力。幻想有多远，我们就能走多远。有谁敢说这是一个毫无凝集力的民族，是一个劣根性的民族？无数的事实表明：中华民族将永远的破足于世界之林，她的位置不可撼动。

20xx年，新中国成立72周年。在这风雨和光辉并存的60年里，她阅历了许多，最后她带给她和人民安宁和幸福。很荣幸本人以一个中国人的身份存在，这是一份奢靡的馈赠。在我20年的生命里，或者桀骜、不驯；也许张扬、不羁。然而感悟太多，也激动太多，要感激的也太多，这都是这个国家所给

予的。在这特殊的一年里，我用一颗20岁年青的心祝贺她越来越好！

历史的年轮仍旧在记录，中华民族的辉煌也在持续。历史的长河里，我们毕竟会留下属于我们的故事。

## 美食课前三分钟演讲稿篇二

我最喜欢普通的桃树，因为她只懂得奉献，不求回报。在你不理不睬的时候，她却给了你一桌丰富的“晚餐”。

我们小区门前有一大片桃花林。春天，桃花开了。你看！远远望去，一片火红的朝霞吸引了很多人驻足欣赏。走近一看，每一朵桃花都绽放着自己最美的笑脸，怪不得路过的人都争着与她合影呢！这时，一大群蜜蜂飞来了，后面还跟着蝴蝶大军，她们飞向桃花林。突然蜜蜂跳起了圈圈舞，蝴蝶跳起了草裙舞，原来，桃花们在招呼它们：“朋友们，我要用最好的花粉来款待你们！”蜜蜂和蝴蝶快乐得在花丛中飞来飞去。

桃树不但花美、果甜给人以享受，如果在山区种植食用果桃，那么，桃树还能给山区乡的人们开辟一条致富之路呢。我仿佛已经看到了山上成片成片的桃树林了，那里是一片桃花海了，不久就会桃红满山野了！

啊！真是一片不要回报的桃树，我为它们的奉献精神而感动！

## 美食课前三分钟演讲稿篇三

大家好！

要想有船来，就必须修建属于自己的`码头。要想成功，就必须通过自己的努力。“闻鸡起舞早耕耘，天道酬勤有志人。”上天会按每个人的付出给予回报，唯有努力才能抓住机遇。只有立足于当下克服浮躁才能成功。

任何一件事在你执行前都是从零开始的，可以有参照，但绝无现成。创业就是一个再好不过的例子了。阿里巴巴的创始人马云想必也是家喻户晓令人刮目相看了。但是马云在创立阿里巴巴前却是一名英语教师，本来英语说不标准的他当一名教师时常常被人讥笑和嘲讽。可是他可没有在意这些，善于观察生活的他抓住互联网发展的机遇开始自己的创业。同样的例子还有腾讯的创始人马化腾。他们都是善于观察抓住了机遇才能成功。

成功并不是一时半就成功的，要有水滴石穿的决心与毅力才能厚积薄发。伟大的社会主义理论家马克思为了完成他的《资本论》废寝忘食的在图书馆查阅

## 美食课前三分钟演讲稿篇四

尊敬的老师，同学们，

大家好！

今天我演讲的题目是《青春的誓言》。

作为新一代的我们，理想是丰满的。

我们对未来充满激情，但是我们却不得不承认，现实的骨感！因为青春不仅仅需要激情，同时也需要一颗求实进取的心！

每一个人都有自己的梦想，然而梦想总是离现实相隔万里。

青春是我们现在所拥有的最宝贵的财富，我们的生活应该充满激情！

充满着力量，充满着期待，充满着求知和斗争的志向，充满着希望和信心的青春！”的确如此，青，是绿色，是生命的颜

色，春，是季节，是成长的季节，青春是人生最美好的季节，青春是人生最铿锵的篇章，青春是摧枯拉朽的豪情，青春是旭日东升的力量，青春的我们意气风发，青春的我们敢为人先，青春的我们斗志昂扬！

少年兴则国兴，少年强则国强！此时的我们正当年少，正如一柄刚刚出炉的刀，我们容不得片刻的等待与迟疑，我们要像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行。我们更要像雄鹰一样一飞冲天！我们绝不让似水的岁月在慢慢氧化中失去光泽，我们更不会让它布满斑驳，成为废铁！我们要迎着青春之歌，奋发向上，砥砺前行！

我的演讲完毕，谢谢大家！

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自己》。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。

大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。

” 想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。

就得改变自己的观念。

一切成就，都是从正确的观念开始的。

一连串失败，也都是从错误的观念开始的。

要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

弟子们一片哗然。

这世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。

同样的道理，人不能改变环境，那么我们就改变自己。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。

每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。

令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。

第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。

男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。

当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧！但是我的`国家似乎也是我无法改变的。

当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但是，唉！他们根本不接受改变。

现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。

然后，在他们的激发和鼓励下，我也许能改变我的国家。

再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

人生如水，人只能去适应环境。

如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。

如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

感谢大家给我一个上台的机会！

俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”

如果一个人很有成就，不是别人给予的，更不是从天上掉下来的。

是靠自己的努力、勤奋争取的。

才能主要来自勤奋学习是不可猜疑的。

一个人的才能不是天生就有的，而是靠自己的勤奋努力而来的。

比如说德国数学家、物理学家和天文学家高斯。

他从小就酷爱学习，一生为科学事业做出了巨大贡献，但是如果他没有从小的勤奋努力学习，他也不可能成为著名的科学巨人。

没有勤奋努力的学习是不可能成就的。

这样的例子有很多很多，可以说每一位有成就的人都曾努力学习、努力探索过。

学习的关键在于“肯学”和“敢学”。

如果你的愿望是成为一名有成就、有才能让人敬重的人物，但你又不肯，或不敢去学习最终还是会一事无成的。

居里夫人和她的丈夫为了证明镭的存在，千辛万苦，冒着可能失去生命的危险，经过他们的勤奋、努力最终提炼出了十分之一克极纯净的氯化镭，并准确地测定了它的原子量，证实了镭的存在。

这是一次多么让人惊叹的事实。

正是居里夫人的肯做、敢做才证实了镭的存在。

因此，要想成为有才能的人，就要从小“肯学”、“敢学”。

有些人说那些有才能、有成就的人从小就是“天才”、“神童”，像我们再努力有什么用啊。

这种想法是错误的，他们是天才、神童，不是天生的，而是来自勤奋的学习。

勤奋学习是成为“天才”、“神童”的先决条件。

经科学家研究，人是智力是有差别的，但是仅仅是差一点点而已。

所以说，“天才”、“神童”是靠人们勤奋学习而成为的。

才能来自勤奋学习，牛顿、爱因斯坦、爱迪生、郑板桥、白居易的事例都可以证明这一点。

有许多的伟人为了造福人类，也作了巨大的贡献。

狄更斯说过“我所收获的，是我种下的。

每个人都有机会成为有才能的人，就看你去不去争取这个机会。

才能来自勤奋。

我们一定要努力学习。

1.三分钟课前演讲稿大全

2.课前演讲稿范文大全

3.高中课前演讲稿大全

4.课前三分钟演讲稿

5.三分钟课前演讲稿

6.最新课前三分钟演讲稿

7.精彩课前三分钟演讲稿

8.课前三分钟演讲稿英语

## 美食课前三分钟演讲稿篇五

大家好！我是来自初二一班的刘嘉琦。我是一个像阳光一样的女孩，拥有着阳光般的笑容，阳光般的心灵。每天我和同学们迎着阳光开始一天的学习。

我很喜欢和同学们一起学习的乐趣，每当有什么难题时，小组总会唧唧喳喳的讨论，直到得出正确答案。有了小组什么难题都不算难题了，大家互帮互助，被浓浓的同学情包围的我也在用温暖包围着别人。

我喜欢在大草原上奔跑，喜欢对着高山大喊：“我是这个世界上最独特的艺术品。”在我的生活中。别人总喜欢称我为“假小子”，是的，我是，我拥有着别人没有的活力，每天都会精力充沛。

我憧憬着未来，对未来充满着希望。每当，世界给我一次又一次的打击时，我不会害怕，因为我会对自己说：“困难，是上帝送给你的礼物，你会从中学会坚强。”。有了这句话，世界就是光明的。

是的，阳光就是：蓬勃、温暖和希望。阳光少年就是一个有着蓬勃的朝气、温暖的心和希望的信心的青春少年。

今天，我站在这里。无论是失败还是成功，我都不会在意。因为比赛有输也有赢，没什么大不了。我唯一所希望的是今天能够把阳光带给大家，这就是我今天来的意义。我想送给

大家一首歌，大家已经耳熟能详，好吧，相信大家已经猜出来了，没错，是“阳光总在风雨后”。

## 美食课前三分钟演讲稿篇六

屈原曾说：“何方圆之能周兮？”提出的正是方与圆难以相合的道理。反观社会，园瓶，方盒，方圆之用，各得其妙。看到这里，我不禁想到人生的几点智慧。

人生中，“方”是一个人的棱角，是一个人的个性，人人因方而不同。“圆”是一个人的处世之道，“圆”让我们藏其锋芒，在与别人相处时减少“摩擦”。而我们只有融合方圆之道才得成就一个完美的人生。

有人曾说：“方圆齐用，功效俱呈。”处于青年时代的我们却常显刚烈有余而圆润不足，不懂处世之道常让青年人在社会浪潮中屡遭打击。因而作为青年人，我认为要适当收锋芒，提升自己处世之道是十分必要的。

心静如止水，用冷静作为圆的润滑剂。刚烈而又易激动是青年人的一大特色。激动往往使我们失误，以致作出错误的判断。这时，保持冷静是青年人与世相处的另一个好方法。冷静使我们保持清醒，似隔热层对于火箭，缰绳对于骏马，能束缚住情感，使情感不至于失控。这样当我们遇到社会不公时，就不至于让情绪成为与社会相处时的摩擦力。

我并不是只看重圆，方圆合一，方显人生智慧。只是在我看来，方是每个青年人本来具有的，而如何做圆正是我希望所有同龄人去学的。因而我想说：“把心放宽一些吧，何必要让一些小事折磨你美好的心灵呢？保持冷静吧，日本又拜神社，砸汽车岂能解决？城管凶悍，打人又有何用？”冷静、包容是成圆之道。

让我们一起融合方圆，功用信俱呈，显出智慧吧！

## 美食课前三分钟演讲稿篇七

大家好！

其实，我想做一个渔者，哪怕是做一天渔者，只要追求到他们心灵上那种坦荡，没有思想的压负，欢乐中游山玩水也就心满意足了。

以《枫桥夜泊》而闻名于世得张继，正是追求到这种心境，放弃以前他心中的功名利禄，才创造出这首唐诗中的巅峰之作。这种追求，这种感受，激发了他内心的压抑，把这种情感渲染在了这首《枫桥夜泊》上。

虽然张绩并不是一名渔者，而是夜宿舟上的一名落魄才子，可是，他所感受到一夜的消愁到释怀的体验，和长期生活于舟上的渔者感受也是异曲同工的。

我想做一名渔者，是想一向伴着属于我的舟楫，伴着属于我的山水，一向存怀着一颗清高的心。不，或者算不上清高，我会把江这头的旅者接到江那头的岸上，和他身上的体验所相结合。我觉得和周敦颐笔下的莲有所类似吧！

假想于此刻，我成为了渔者，挥舞着属于我的船楫，荡开着伴随我的浪花，置身于天地山水之间，与旅者谈笑风生。我沿着前人所驶过的痕迹，穿梭于群山之间，或戴着一斗笠，或垂钓一鲤鱼，哪怕是大风大浪，我也要“直挂云帆济沧海”，也要乘风破浪于江海上。

也许，只因那弯弯的小舟，只因那迷离的山山水水，只因我能站在舟上，自由，满富情趣的引吭高歌。

当一名渔者的志向，也许不那么真实，但我依旧期望在我心灵的江河上，有个叫做“我”的渔者泛舟于江河上。